

# İNSAN KENDİNE YÜK KENDİNE DOST

Mustafa Alagöz

Hata yapmayı göze alamayan kendine güven oluşturamaz, kaybetmeyi kabullenemeyen kendini bulamaz. “Hata yapmak” ve “kaybetmek” yaşamın can suyu; her insan her zaman bu deneyimi yaşamakla yüz yüzedir. Mademki “Allah her an bir şendedir”, yani varoluş halden hale geçip kesintisizce dönüşüp kendinden kendini doğurup durmaktadır, insan da bu akışın içindedir. Üstelik hem nesne hem de özne olarak... Özgür irade sahibi, “emaneti kabul” etmiş bir sorumlu, kendi hesabını kendi görmek zorunda, içinde yaşadığı dünyaya karşı da görevleri bulunan özne olarak...

İnsandan başka canlı-cansız hiçbir varlık sıkıntı yaşamaz, hırs taşımaz, bunaltıya düşmez. Bu insansal haller biz insanların hem trajedisi, hem de şansı... Trajedisi; çünkü bütün acılarının, mutsuzluklarının, acımasızlık ve yıkıcılığının kaynağı... Şansı; çünkü bu yolla kendi dehasının, yüceliğinin ve yaratıcılığının da doğduğu yaşam enerjileri... Trajedimiz ve yaratıcı şansımız aslında aynı yaşam enerjisinden beslenir. Arada irademiz var: Bu enerjiyi hangi yönde nasıl kullanacağımız bizim sorumluluğumuzdadır. Sokrates’in dediği gibi, “yüce şeyler düşünerek (ve de eyleyerek) yücelmek de” “aşağıların aşağısına” düşmek de bize bağlı. “Akli daima şehvetine galip gelen kimse meleklerden daha yüksek, şehveti aklına galip gelen ise hayvanlardan daha aşağıdır.” (Hadis)

Hz. Mevlânâ yaratıkları üçe ayırır: melekler, hayvanlar ve insanlar. Melekleri “*ibadet, kulluk ve zikir yaratılışlarında vardır,*” diye belirterek onların sorumluluklarının olmadığını söyler. Hayvanlar için, “*sırf şehvettir, kötülükten kendilerini alıkoyan akılları yoktur,*” der. “*Geriye akıl ve şehvetten mürekkep olan zavallı insan kalır (bunun üzerine teklif vaki olmuş), yarısı şehvet, yarısı melek, yarısı hayvan, yarısı yılan, yarısı balıktır. Balık olan kısmı onu suya doğru çekiyor, yılan olan tarafı ise toprağa doğru sürüklüyor. Bunlar birbirleriyle keşmekeş içinde ve dövüşmektedirler.*” (Fîhi Mâ Fîh)

Bu simgesel bir anlatım: Burada yılan nefsi; toprak arzuları ve onu giderecek nesnelere; balık niyeti simgeler; su ise düşünceyi, tinsel değerleri...

Hakikatleri duysal araçlarla ve her anlayışın sezebileceği düzeyde anlatmak bilinci keşfe sürükler, çünkü bireyi kendi içine yolcuğa çıkarmak için etkili bir yöntemdir.

İç dönmek ve dışarı kaçmak; biz insanların içinde gerilim oluşturan iki kutup. Benliğimizdeki tüm devinimler, psikolojik çalkantılar bu gerilimden yansıyan duygusal dalgalanmalardır. Bu dalgalanmaları farklı psişik haller olarak duyumsarız: bunalım, sıkıntı, mutsuzluk, sevinç, tutku, özlem vb... İç (yani düşünce – akıl) ve dış (yani beden – arzularımız); aslında birbirine bağlı ve birbirini tamamlayan aynı varlığın iki yüzü. Bunların etkinlikleri, istekleri ve doyum araçları birbirinden nitelik olarak farklı olduğu için, içimizde bir gerilime yol açarlar.

Bedensel arzular kendiliğinden, doğal bir yasalılık altında devinir ve talepte bulunurlar. Düşünsel dünyamız ise iradîdir, toplumsal dürtü ve içgüdüsel güçlerin denetiminden kurtarılabirler. Varlığımızda hangi gücün yönlendirici olduğu yaşamımızın niteliğini oluşturur. Öz olarak kendimizden uzak, kendimizle ve çevremizle kavgalı, kısaca kendimize yük olarak ya da kendimizle ve dış dünyayla dost olarak yaşayıp yaşamayacağımız, bu güç odaklarından hangisinin baskın olduğuna bağlıdır.

Varlığımızın doğal ve iradî olan kutuplarının ilişkileri üç biçimde olabilir: ya doğal arzu ve dürtülerin belirleyici olduğu kendiliğindenlik, ya tümüyle dünyadan kopuk, soyut, yaşamın gerçek taleplerine yanıt vermeyen bir ruhsallık içinde ya da her iki kutbun hakkını vererek ve bunları anlamlı bir şekilde uyuma getirerek bütünlüklü bir anlayışla yaşamak. Hayvanlarda böylesi bir ayrıma gidemeyiz, çünkü onlar kendileriyle tam bir uyum içinde, kendileriyle özdeş biçimde yaşarlar. Ancak farkındalıkları yoktur, kendilerini bilmezler. Varlık kazanmak maddi bir bedene sahip olmak değil, “faal akıl” ile kendini yaratmaktır.

İnsan farklı, çünkü o bir bilinç varlığı. Bunun anlamı, insan her ne yaparsa yapsın ona bir düşünce eşlik eder. Eşlik etmesi aynı zamanda iç dünyasında bir iz bırakması demektir. Bu bırakılan iz, bireyin kişiliğine bir yapı taşı olarak yerleşir, onu hem biricik hem de sorumlu kılar.

Etkinlikler ve eylemler kişiliğin yapılanmasını sağlarken, bu yolla şekillenen kişilik daha sonra o insanın yapıp etmelerinin koşulu haline gelir. Benlik verili varlığımız, kişilik ise benlik potansiyelinden kalkarak oluşturduğumuz kendi yaratımımız olan sosyal bir olgudur. “Sosyal olgu olmak”, sosyal ilişkiler içinde oluşturulur ve sosyal ilişkilere sokularak diğer insanların yaşamına etki eder anlamındadır...

Kişilik oluşturma sürecimizde nefsanî arzuların mı, yoksa ereğe bağlı tinsel değerlerin mi etkin olduğuna bağlı olarak kişiliğimizin yerleştiği bir merkez oluşur: Her merkez kendine göre bir çeper yaratır.

Umutlarımız, hayatın içindeki duruşumuz, ilgi alanlarımız, algı ve yargılarımız kendi içinde bir bütünlük oluşturur, başka bir ifadeyle kendi içinde sistemattir. Merkez derken söz konusu bütünlüğün çekirdeğini kastediyorum. Bu merkez sonunda birbirinin tersi nitelikte iki notada oluşur: ya “nesne” merkezli ya da “değer” merkezli. Her ikisinin de içimizde kökü var. Bu kökler doğal, varoluşsal olduğu için içimizde devinen iki enerji kaynağı olarak yaşamımızın her zerresine nüfuz edebilirler.

\* \* \*

Varız; bir beden olarak, belirli yetilerle donanımlı olarak ve bu yetileri gerçekleştirme iradesine sahip olarak. Bu yetilerin itkisiyle kendimizi inşa etmek sorumluluğu ile yüz yüze geliriz. Yaşama anlam vermek ya da yaşamın bizden anlam talep etmesi karşısındaki durumumuz, varoluşçu felsefenin “temel anksiyete” dediği hakikat bilincimizin kapısını çalar.

Hiç kimse bu gerilimden kaçamaz, ancak erteleyebilir ya da kendini uyuşturabilir. Kendini uyuşturmanın en kolay ve genel olanı insanın kendine meşgaleler yaratmasıdır: Nasıl? Örneğin, daha çok alışveriş, daha çok seyahat, daha çok eğlence, daha çok cinsellik...

Meşgale, başka bir ifadeyle oyalanma; bir gereksinimin doğal karşılığı olmayıp zamanı doldurmak için yapılan etkinliktir. Etkinlik sürecinde insan kendini unuttur, ancak etkinlik bittiğinde boşluk yine kendini duyumsatır. İnsan bu durumda daha önce bildiği şeyi yapar, bildiği şeyi yapmak tekrara düşmektir ve tekrar insanı boğar. Bu boğulmadan kurtulmanın yolu dozu arttırmaktır, tıpkı uyuşturucu bağımlılığı gibi... Boşluğu dolduran şeylerin sadece niceliği arttırılmış olur. Nicelik artışına bağlı olarak boşluğun hacmi de büyür. Tekrar nicelik artışı... Ve bu kısır döngü devam eder, sonuç yıkımdır. Bunaltı, depresif haller, yalnızlık ve tatminsizlik; işte günümüz modern yaşamının en yaygın sorunsalı.

\* \* \*

Verili yanlarımız bizi doğal dürtülerin, nefsanî arzuların doyurulmasına yöneltir. Başka bir ifadeyle, bizi hep dışarıya, arzu ve isteklerimizin taleplerini karşılayacak nesne ve olgulara doğru iter. Bu, son tahlilde “nesne merkezli” bir insan olmaktır.

“Nesne” sözcüğü burada kavramına uygun anlamında, yani çeşitliliğinin sonsuzluğu yanında bilinç üzerindeki etkisini içerecek biçimde kullanılmaktadır. Örnekleme gerekirse, iktidar hırsı, şöhret özlemi, kibir duygusu maddi bir şey değildir, ama bilince etkisi açısından bilinç için bir nesne işlevi görür. Öte yandan bu ve benzeri tüm nefsanî arzuların varacakları yer maddi nesneye tapınma ve maddi nesneye dayanarak kendini gerçekleştirmek zorunda olduğu için, “nesne merkezli” demek olgunun özünü ifade etmeye uygun düşüyor.

\* \* \*

Arzular daha önce bildiklerini ve hep daha fazlasını talep eder. Hep “daha fazlasını” arayan bir bilinç hali asla tatmin olamaz; kendini her zaman eksik, gergin ve tedirgin hissetmekten alıkoyamaz. Arzu daha fazla arzuyu çağırır. Kendisini, doyurduğu her andan sonra daha fazlasını ister halde bulur. Bu durumda istekler insanın kendi bilincinden, özgür iradesinden değil, dışarıdan gelen uyarlardan beslenir. İşte bu durum insanı hep “nesneye” yöneltir.

Nesneler sonsuz ve buna bağlı olarak uyarı odakları da sonsuz olur. Kişinin bilinci bu durumda sağa-sola dönüp durur, uyarıcı etkilerin çeşidine ve şiddetine bağlı olarak arzuları uyanır. Uyanan ve şiddeti artan arzu, insan bilincine egemen olduğunda, artık o kimsenin içsel özgürlüğü kaybolmuş demektir.

Nesneler doğaları gereği kanıksanır türdendir. Kanıksandığı için hep çeşitlilik ve “daha fazlasını” elde etme dürtüsü uyandırır. Nesnelere sahip olunur, sahip olunan şeylere sahiplenici başka özneler de olduğu için, insanın içinde rekabet ve kıskançlık duyguları uyanır. İşte bu nokta insanın insana olan güvensizliğinin ve düşmanlığının kaynağıdır.

Kendimizi gerçekleştirme duygusu doğamızın bir talebidir ve güzeldir. Kendimizi başkasına kabul ettirmek ve kanıtlama duygusu ise bu doğal eğilimin yolundan sapmasıdır.



Huzursuzluğun, güvensizliğin ve tedirginliğin filizlendiği dönemeç... Bu durumda insan kendine bir sığınak arar; din, ideoloji, milliyetçilik, yetenek, başarı, şöhret, makam vb. bu olanağı sunabilir. Daha olmadı kaş göz güzelliği, adale gücü, herhangi bir kişisel yetenek sığınağımız olur. Yalnızlaştıkça ve tedirginleştikçe bunlar bizlerin ilâhı olur. Varlığımızın tüm anlamını ona yükleriz. Bu anlamda “ilâhsız” – dinsiz insan yok gibidir. Onun için “*Lâ ilâhe...*” denmiştir.

İlâh edinme zanlar üretmeye ve kör inançlara bağlanmaya zemin olur. Zanlarımızı gerçekmiş gibi görüp onu yaşadığımızda içimizde kargaşa ve gerilimler yaratmamız için yeterli neden oluşmuş demektir. Bu durum kendini, nedenini bilemediğimiz halden hale geçişlerde gösterir. “*İçimde bir sıkıntı var*”, “*kendimi yorgun, keyifsiz hissediyorum*”, “*canım bir şey yapmak istemiyor*” türünden sızlanmalara, kendimiz de dâhil zaman zaman şahit oluruz; çünkü yaşam enerjisi sağa sola dağılır. İnsan eylem yapmak için bir noktaya odaklanır, niyetle başlar, ancak sahip olduğu enerjisiyle bunu gerçekleştirebilir. Enerji dağınık olduğunda odaklanma olamaz. Bu durum kendini içimizde keyifsizlik, yorgunluk vb. biçimlerde duyumsatır; bilimsel ifadeyle söylersek “depresif” bir hal oluşur.

Bu hallerin davranışlara yansması sıkıntının şiddetine bağlı olarak öfke biçiminde ortaya çıkar. Öfke, insanın içindeki tüm olumsuz duyguların ortaya çıktığı kapıdır. Hırs, kıskançlık, yıkıcılık, kurnazlık gibi tüm haller öfkenin dereceleridir, davranışa çıkışı ise saldırganlık ve şiddettir. Şiddet şiddettir, mutlaka maddi bir şeyle olması gerekmez. Hakaret, küfür, argo, alaya alma, küçük düşürmeye kalkışma... Tümü şiddettir, çünkü hep “ötekini” sınırlamaya ve yok etmeye dönüktür. Bunlar özü itibarıyla aynıdır, sadece kullanılan araçlar farklıdır.

Varlığımızı maddi uyarılar, gereksinimler aracılığı ile duyumsarız. Sadece söz konusu maddi uyarıların taleplerine bağlı yaşamak insanı kendi olmaktan uzaklaştırır, kendine dayatılanlara karşılık vermek durumunda bırakır. Bunun yarattığı şaşkınlık, öfke, tatminsizlikle insan kendi kendine yük olur.

\* \* \*

Yaşam enerjisi (kundalini, nefis, libido aynı anlamda) tektir; genel olarak söylersek yönü ikidir: birisi nesnelere dönüktür, diğeri ise değerlere. Arzu, bizim bir yaşamımız, bir yaratıcı enerjimiz olduğunun kanıtıdır. Arzuları yok etmek değildir maksat; arzulara, daha doğrusu onun nesnelere köle olmamaktır bütün mesele. Doğal güdü ve toplumsal dürtülerin kendileri bizim yücelmemizin, insan olmaya dair tüm güzellikleri yaratmamızın da koşuludur. Nasıl? Bu yaşam enerjisini hak için hak ile işleterek... Hak derken olguların, nesnelere ve olayların içerdiği zorunlulukların bilincinde olmayı kastediyorum.

İnsan bunu kendine değerler edinerek yapabilir. Değer, sûret kazanmış hakikattir. Hakikat bir sanat eseri, bir fikir, bir ahlâk modeli, bilim ve teknoloji biçiminde gerçekleşmiş olabilir. Hakikatin doğası, iyi-güzel-doğru olmaklıktır. Bunun anlamı, sonuç olarak yaşamı özgürleştirip özgürleştirmediği, insanın mutluluk ve ferahına yol açıp açmadığıdır. Bireyde değer olarak kendini gösterir. İlk başta soyuttur, ancak bu değerler bireyin etkinliği ile varlık kazandığında bir anlam ifade ederler. Değerin öncelikle ahlâki bir nitelik olarak, eyleme dönük yanı olmak

durumundadır. Değerin eyleme dönüklüğü ise niyettir. Kişinin niyeti, kişinin ne olduğunun ve ne olacağına işaretidir.

Yaşam enerjimizin hangi merkez üzerinden yaratıcılığa yönlendirileceği bireyin seçimine bağlıdır. Seçimimiz irademizdir, bunun hangi hedefe hangi ilkelerle yönlendirileceği ise niyetimiz. İrade-niyet-eylem, insanın kendini inşa etme, kendini yaratma, kendi kendiyi nasıl hesaplaşacağına anahtarıdır. Bunların birliği ise bireyin yaşamını yönlendiren ilkesidir.

Değerler bireyde niyet yoluyla ilke olurlar. Değere bağlılık, insanın kendi kendini neyle denetleyeceğinin, nasıl anlayacağını ve nasıl anlamlandıracağını yolunu açar. Bütün yapıp etmeleri, düşünce ve tasarımları bu ilke yoluyla birliğe getirilir ve insanı kendi merkezinde tutar. Uyarıcı ister içeriden ister dışarıdan gelsin, o şaşmaz. Bu uyarılara karşılık verir, onları yok etmez; çünkü yok edilemezler, ancak yönlendirilebilirler. Tıpkı yıldırımları çekip yıkıcılığını önleyen paratoner gibi ya da sağı solu yıkıp talan eden sel sularını denetim altına alıp verimli şekilde kullanmak gibi...

Dürüstlük, paylaşımcılık, fedakârlık, hak bildiğinden şaşmazlık; bunlar insana ait değerlerdir, yani doğada bulunmazlar. Doğal insani enerjiler ve doğal güçler bu değerlerin kuşatmasında, ilkeli iradenin gücü yoluyla yönlendirilirler. Başkası değil, insan kendi değerleri ve ilkeleri yoluyla kendi kendini denetler, yaratır ve yaşatır.

*“Kitabını oku; bugün sana hesap sorucu olarak kendi nefsin yeter.” (Kur’an, İsrâ/14)*